PSIHOLOGIA DEZVOLTĂRII

ОСОБЕННОСТИ МЕХАНИЗМОВ ЗАЩИТЫ У АКЦЕНТУИРОВАННОЙ ЛИЧНОСТИ, СКЛОННОЙ К ГЕЛОТОФОБИИ

FEATURES OF DEFENSE MECHANISMS HAVE ACCENTUATED PERSONALITY, PRONE TO GELOTOFOBIA.

Людмила АНЦИБОР, Екатерина ПОСТОЛАТИЙ

Cuvintele-cheie: gelotofobie, gelotofob, mecanisme de apărare, intensitate generală a mecanismelor de apărare, accentuări de caracter.

Rezumat

Articolul dat analizează esenţa şi caracteristicile conceptului de"gelotofobie" – frica de a fi ridiculizat, de a fi obiect de batjocură, precum şi manifestările gelotofobiei în caracterul şi comportamentul uman. Problema gelotofobiei este studiată în legătură cu specificul utilizării mecanismelor de apărare şi de manifestare a accentuărilor de caracter. Rezultatele cercetării pot servi ca bază pentru determinarea abordărilor psihoterapeutice în consilierea persoanelor predispuse spre gelotofobie şi psihocorecţia manifestărilor negative ale fenomenului dat: dezadaptare socială, probleme în relaţii interpersonale, dificultăţi în autoprezentare.

Ключевые слова: гелотофобия, гелотофоб, механизмы психологической защиты, общая напряженность защит, акцентуации характера.

Резюме

В статье рассматривается сущность и особенности понятия «гелотофобия» – боязнь быть высмеянным, страх оказаться объектом насмешки, а также проявления гелотофобии в характере и поведении индивида. Проблема гелотофобии рассматривается в ее связи с особенностями применения механизмов психологичской защиты и спецификой акцентуаций характера. Полученные результаты позволяют выделить направления психотерапевтической работы с лицами, склонными к проявлению гелотофобии, и психологической коррекции отрицательных проявлений данного феномена – социальной дезадаптации, нарушений межличностных взаимоотношений и трудностей при самопрезентации.

Key-words: gelotophobia, gelotophob, defense mechanisms, intensity of defense mechanisms, accentuations of character.

Summary

This article is describing the problem of gelotofobia – fear to be laughed at, and its manifestations in human character and behavior. Basing on the analysis of existing psychological literature, is widened the integral concept of gelotophobia, and individ-

ual-typological features of a person, prone to gelotofobia. In this research the problem gelotofobia is describe din its relation with the manifestations of accentuations of character and specifics in the usage of defense mechanisms. The obtained empirical data canbe used by psychologist sand educator sin counseling individuals who are prone to gelotofobia.

В последние годы проблема изучения юмора все чаще привлекает внимание психологов. Чувство юмора является как критерием психического здоровья человека, так и механизмом совладания со стрессовыми жизненными ситуациями. В свою очередь, смех – выражение эмоций, присущее каждому человеку. Смех над другими распространен повсеместно и может считаться универсальным явлением, а смех над собой выступает показателем здоровой личности и правильного отношения к окружающему миру. Тем не менее, страх насмешек вызывает у некоторых людей проблемы и оказывает сильное влияние на их жизнь. Как и при любом другом виде социофобии, люди с этой фобией держат свои страхи в секрете, их поведение часто неверно интерпретируется другими как отсутствие интереса, проявление враждебности или гордыни. Тем самым, они производят впечатление неприступных, холодных и странных людей, что затрудняет процесс общения.

Гелотофобия (gelotophobia, греч. “гелос” – смех, “фобос” – страх) определяется как стойкий и необоснованный страх выглядеть смешным и боязнь оказаться объектом насмешки. Под гелотофобией понимается также выраженная зависимость от боязни выглядеть смешно, в том числе по причине отсутствия чувства юмора. Предполагается, что у таких людей практически полностью отсутствует чувство юмора, или же юмор у них принимает весьма специфические формы. Гелотофобы воспринимают смех как нечто негативное и убеждены, что их внешность или поступки на самом деле смешны и нелепы, т.е. смех окружающих над ними небезоснователен [7]. Человек с таким расстройством испытывает страх и зависимость от оценки и мнения окружающих его людей. Он тщательно просчитывает каждый свой шаг, неоднократно обдумывая каждое своё действие, заранее старается предусмотреть оценку людей (слушателей, читателей и т. п.). Такие люди смеются неохотно, против воли, близко к сердцу воспринимают юмористические замечания со стороны других людей, и могут шутить только среди близких. В целом, они воспринимают любую доброжелательную шутку как насмешку окружающих над собой. Люди, страдающие гелотофобией, не имеют представления о наличии своего страха, но испытывают такое напряжение, что этот страх (стать объектом насмешки) может драматическим образом влиять на их личную, социальную или профессиональную жизнь.

С точки зрения исследователей М.Титца, В.Руха и Е.А. Стефаненко, гелотофобия является одной из форм, разновидностей социофобии. Подтверждает эту точку зрения сходство

их симптомов. При социофобии, как и при гелотофибии, у субъекта возникают навязчивые неадекватные переживания страха конкретного содержания (боязнь покраснеть, боязнь быть осмеянным на публике и пр.). В обоих случаях возникает также страх перед осуществлением того или иного действия в социуме, и в разных социальных обстоятельствах человеку не хватает самообладания [8].

Согласно другой гипотезе, гелотофобия – это нарушение чувства юмора, связанное с ненормальным его использованием в детстве, когда со стороны окружающих (близких людей, знакомых, учителей) нередко появляются насмешки, подтрунивания, издевательства, саркастические и иронические замечания. Исследования показали, что гелотофобия коррелирует с самоуничижительным юмором по классификации Р. Мартина [7]. Смех и юмор у таких людей перестает выполнять функцию расслабления, не способствует появлению радости, а наоборот – вызывает напряжение.

Также причины проявления гелотофобии дифференцируются в зависимости от возрастного периода. В детстве причинами возникновения данного феномена могут стать развитие первичного стыда, проблемы в межличностных отношениях (особенно в системе детско-родительских взаимоотношений), в юношестве – травматичный опыт неприятия всерьез своей личности окружающими (насмешки, дразнение). В свою очередь, причиной возникновения и развития гелотофобии во взрослом возрасте обычно становится интенсивный травматичный опыт насмешки со стороны других – травля [8].

Типичная внешность индивида, склонного к гелотофобии, в работах М.Титца представлена следующим образом: нехватка живости и спонтанности, веселья, они часто выглядят дистантными и холодными по отношению к сверстникам; нередко у них развивается общее мышечное напряжение как отражение эмоционального дискомфорта и наблюдаются психофизиологические симптомы (повышенное сердцебиение, тремор, покраснение, сухость во рту и горле, учащенное дыхание, нарушения речи). Все эти проявления типичны также для социофобии. Специфическим же симптомом, отличающим гелотофобию, является замороженная экспрессивность, мимика. В ситуации острой тревоги (тревоги стыда) мимика таких пациентов становится обездвиженной и неживой, похожей на деревянную маску. Кроме того, эти пациенты начинают чрезмерно контролировать движения своих рук и ног, поэтому теряют спонтанность (“синдром Пиноккио”) [6].

Гелотофобия не связана с уровнем развития когнитивных способностей (вербальным и математическим интеллектом, пространственным мышлением, рассуждением, словарным запасом, памятью и вниманием), однако сами люди с высокой выраженностью гелотофобии склонны недооценивать их [7]. Ряд исследований показали, что люди с высокой выраженностью гелотофобии не различают добродушное подтрунивание и агрессивное дразнение; даже добродушный смех в свой адрес они воспринимают как угрожающий. Они менее веселые, чем остальные, характеризуются ин-

троверсией и нейротицизмом, низкой самооценкой, реже испытывают радость, склонны к переживанию страха, стыда, грусти и вины.

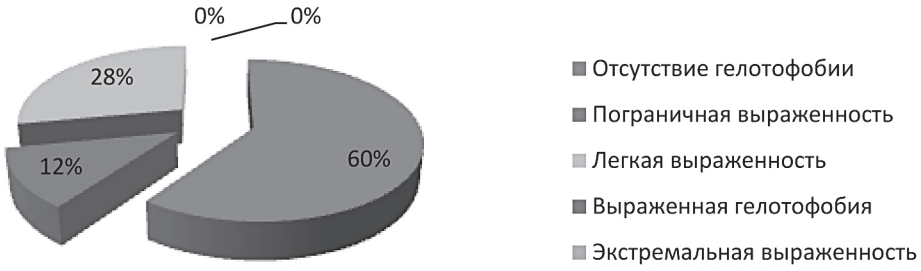
Обнаружена связь гелотофобии с психологическим полом (гендером): страх насмешки более свойствен фемининным, чем маскулинным личностям. Страх насмешки негативно связан с удовлетворенностью жизнью. Гелотофобия является одним из факторов, усиливающим переживания в связи с возрастными трудностями у пожилых людей [4].

Клиницисты и исследователи разработали множество представлений о генерализированном тревожном расстройстве и фобиях, в то время как изучение гелотофобии находится на начальном этапе своего развития, и многие вопросы, касающиеся особенностей проявления гелотофобии, остаются открытыми. Отдельные исследования (Kagan&Snidman, 1999) позволяют предположить, что некоторые дети появляются на свет с врожденной социальной неполноценностью или застенчивостью, что увеличивает вероятность развития социальной фобии [3, с. 27]. В связи с этим нам представляется вполне вероятным, что типы акцентуаций и акцентуированные черты характера в некоторой степени определяют склонность личности к гелотофобии. Ввиду того, что юмор считается одним из зрелых механизмов защиты личности, особенности неадекватного реагирования на него могут указывать на то, что лица, склонные к гелотофобии, прибегают к своеобразному комплексу психологических защит. Таким образом, можно предположить, что гелотофобам присущи определенные особенности в применении защитных механизмов психики.

Целью данного исследования является анализ особенностей проявления механизмов защиты и акцентуаций характера у лиц, склонных к гелотофобии. Методами исследования послужили русскоязычная версия опросника гелотофобии GELOPH<15> (в апробации Е.А. Стефаненко), методика «Индекс жизненного стиля» (Опросник Плутчика-Келлермана-Конте) и опросник Леонгарда-Шмишека для выявления типов акцентуаций характера. В исследовании приняли участие 90 человек, сред. возраст 20,07 лет (± 3, 64) лет (19 юношей и 71 девушка, студенты USM и ASEM).

Анализ распределения респондентов с различными уровнями проявления гелотофобии показывает, что лишь 28% (25 человек) данной выборки проявляют склонность к гелотофобии и большинство (72%) респондентов (65 человек) не являются гелотофобами (см. фиг.1).

Как показали результаты исследования, среди испытуемых данной выборки не было зарегистрировано ни одного случая проявления “экстремальной” выраженности, а также “выраженного” уровня страха насмешки. Большинство респондентов – 60% (54 человека) продемонстрировали, согласно классификации В.Руха, “отсутствие” гелотофобии. “Легкая” степень гелотофобии с относительно выраженным уровнем проявления страха насмешки отмечена среди 28% респондентов (25 ч.), и “пограничный” уровень выраженности проявления склонности к гелотофобии, где страх



Фигура 1. Уровень выраженности гелотофобии (боязни быть высмеянным) у всех испытуемых (контрольная и экспериментальная группа)

выглядеть смешным выражен незначительно, показали 12% испытуемых (11 ч.). Тем не менее, в нашей работе, исходя из результатов, полученных при диагностировании респондентов по методике GELOPH<15>, под гелотофобом – личностью, склонной к проявлению гелотофобии, мы будем подразумевать респондентов, показавших как минимум легкую степень гелотофобии, согласно соотвествующей шкале, где испытуемый согласился как минимум с половиной утверждений (экспериментальная группа).

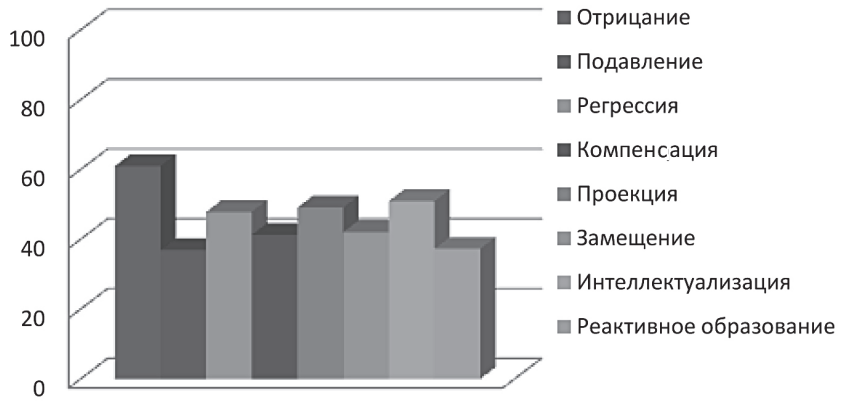
Анализ результатов исследования с помощью методики «Индекс жизненного стиля» (см. фиг. 2) показал, что наиболее часто в качестве механизма психологической защиты испытуемые данной выборки используют: *отрицание* (61%), затем следуют такие механизмы защиты как *интеллектуализация* (51%), *проекция* (49.13%) и *регрессия* (47.9%).

Практически полный отказ от осознания неприятной информации (*отрицание* – 61%), видимо, является самой простой и надежной формой защиты от трудной, жизненной ситуации. Часто в качестве защиты от неприятной ситуации человек неосознанно стремится контролировать свои эмоции и импульсы на основе рациональной интерпретации ситуации (*интеллектуализация* – 51%). Такими же частыми формами защиты являются ошибочное восприятие своих внутренних процессов как происходящих извне (*проекция* – 49.13%) и возврат к ребячливым, детским моделям поведения (*регрессия* – 47.9%).

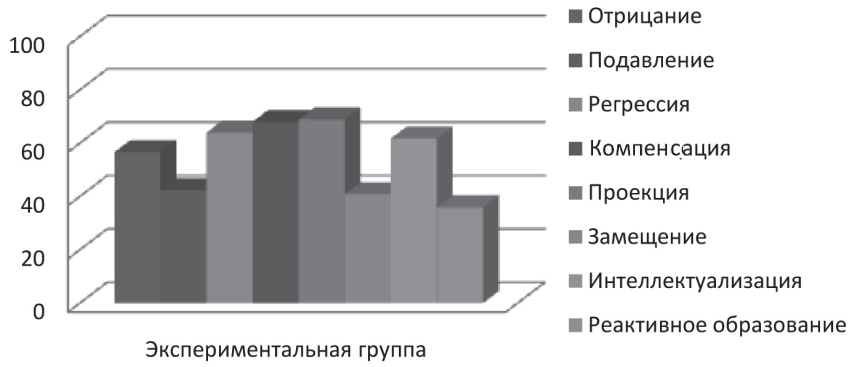
В то же время, как видно на фигуре 2, в поведении «гелотофоба» преобладают несколько иные механизмы защиты: *регрессия* (63,9%), *компенсация* (68%), *проекция* (68,91%) и *интеллектуализация* (61,72%).

Таким образом, полученные результаты подтверждают наше предположение о том, что, чем выше уровень гелотофобии, тем чаще личность прибегает к таким механизмам психологической защиты как: *регрессия* ($r=0,43$ при $p\leq0,01$), *компенсация* ($r= 0,68$ при $p\leq0,01$), *проекция* ($r=0,56$ при $p\leq0,01$) и и*нтеллектуализация* ($r=0,60$ при $p\leq0,01$).

Когда гелотофоб подвергается действию фрустрирующих факторов, т.е. становится объектом насмешки, при моделировании выхода из сложной жизненной ситуации он чаще



Фигура 2. Механизмы психологической защиты (по всей выборке)



Фигура 3. Механизмы психологической защиты среди респондентов, склонных к гелотофобии

прибегает к более простым поведенческим стереотипам и использует такой механизм психологической защиты, как *регрессия*. У личности, склонной к гелотофобии, данный механизм заменяет решение субъективно более сложных задач на относительно более простые и привычные поведенческие стереотипы. Такая личность избегает активной социальной жизни, прибегая к самоизолированию от социальной действительности, и чтобы не стать объектом насмешки отказывается от публичных выступлений. Отсутствие чувства юмора и «замороженность» существенно обедняют общий арсенал преодоления гелотофобов сложных, фрустрирующих ситуаций и обстоятельств.

Для гелотофобического социального реагирования характерна также защита в виде *компенсации,* которая может принимать форму защиты от низкой самооценки и комплекса неполноценности, или же рассматриваться как стремление компенсировать некую свою “особенность” – повышенную чувствительность к насмешкам – достижениями в других сферах. В частности, гелотофобичес-

кое реагирование на сложные жизненные ситуации в большей степени отмечено среди студентов математического факультета (специальность информатика).

Проявлением компенсаторных защитных механизмов у гелотофобов может стать ситуация преодоления фрустрирующих обстоятельств с помощью фантазирования о своих реальных или воображаемых достоинствах. Люди, для которых компенсация является наиболее характерным типом психологической защиты, часто оказываются мечтателями, ищущими идеалы в различных сферах жизнедеятельности, что может быть применимо и к личности, склонным к гелотофобии, в частности, в их стремлении реализовать себя вне сферы социальной жизни – в виртуальной реальности.

В случае применения механизма "*проекции"* предполагается, что личность, испытывающая страх стать объектом насмешки, приписывает социальному окружению желание насмехаться над ней. Однако ряд исследований выявил, что гипотеза о том, что люди с гелотофобией, по сравнению с другими, чаще подвергались насмешкам, не подтвердилась. Во взрослом возрасте страх выглядеть смешным не связан с реальным опытом (частотой) переживания насмешек, но коррелирует с субъективной интенсивностью этих переживаний [8].

Действие *интеллектуализации* проявляется в основанном на фактах чрезмерно «умственном» способе преодоления конфликтной или фрустрирующей ситуации без переживаний. Иными словами, личность при помощи логических установок и манипуляций пресекает переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией, даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного чувства [4]. Таким образом, личность, склонная к гелотофобии, при использовании механизма интеллектуализации/рационализации пытается внутренне аргументировать свое неадекватное поведение разумными доводами и защищает себя от его негативного действия путем снижения значимости для себя и для других своего страха оказаться высмеянным.

Степень напряженности защит определяется многими факторами, важнейшими из которых являются сила мотивации, значимость ситуации, ригидность (негибкость) психических функциональных структур, вовлеченных в тот или иной вид деятельности. Среди факторов, порождающих психическую напряженность, наибольшее значение имеют фрустрации и конфликты в сфере значимых отношений личности и ее социального окружения. Также высокий показатель общей напряженности защиты говорит о склонности личности к использованию защитных механизмов в сложных жизненных ситуациях вместо использования собственных личностных ресурсов для разрешения возникающих противоречий. Излишнее использование психологических защит приводит к невротизации личности, что заметно в личности гелотофоба, который склонные отстраненно относиться к происходящему, подолгу «носить в себе» конфликты, отрицать существующие проблемы. Сравнительный

анализ при помощи t-критерия Стьюдента показал, что участники исследования, склонные к гелотофобии, демонстрируют сравнительно более высокую (t эмп – 8,7) общую напряженность защит (61,84%) нежели респонденты с более низким уровнем гелотофобии (38,01%). Существует мнение, что общая напряженность защит, превышающая 50-процентный рубеж, отражает реально существующие, но неразрешенные внешние и внутренние конфликты [2].Таким образом, можно говорить о том, что невротизация личности, способствует тому, что перед определенного рода психотравмирующими переживаниями (смех окружающих) человек в большей степени проявит склонность к гелотофобии.

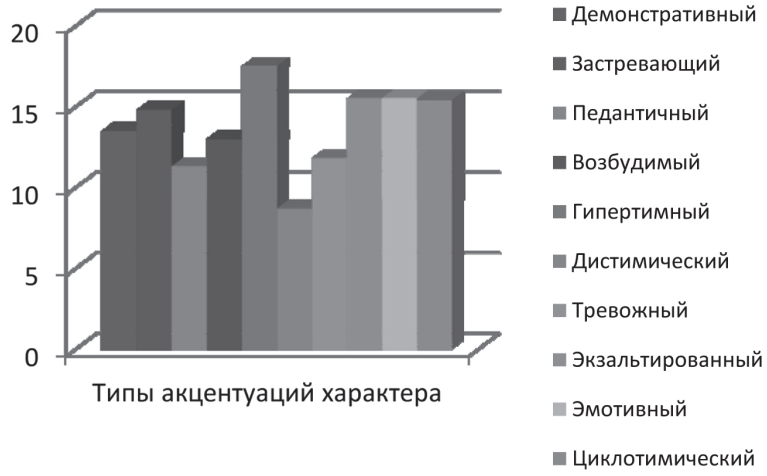
На следующем этапе исследования были проанализированы результаты применения методики, направленной на выявление *акцентуаций характера* (опросник Леонгарда-Шмишека). Нам представляется вполне вероятным, что типы акцентуаций и акцентуированные черты характера, как крайний вариант нормы, которая обнаруживает избирательную уязвимость человека перед определенного рода психотравмирующими переживаниями, в некоторой степени определяют его склонность к проявлению гелотофобического социального реагирования в сложных, не понятных для личности и поэтому фрустрирующих его ситуациях.

Как видно из рисунка 4, полученные результаты свидетельствуют о том, что среди респондентов данной выборки наиболее выраженными являются такие акцентуированные черты как ***гипертимность*** (17,5 балла). Также довольно часто встречаются ***экзальтированный*** (15,5 балла), ***эмотивный*** (15,5 балла) и ***циклотимный*** (15,4 балла) типы акцентуаций характера.

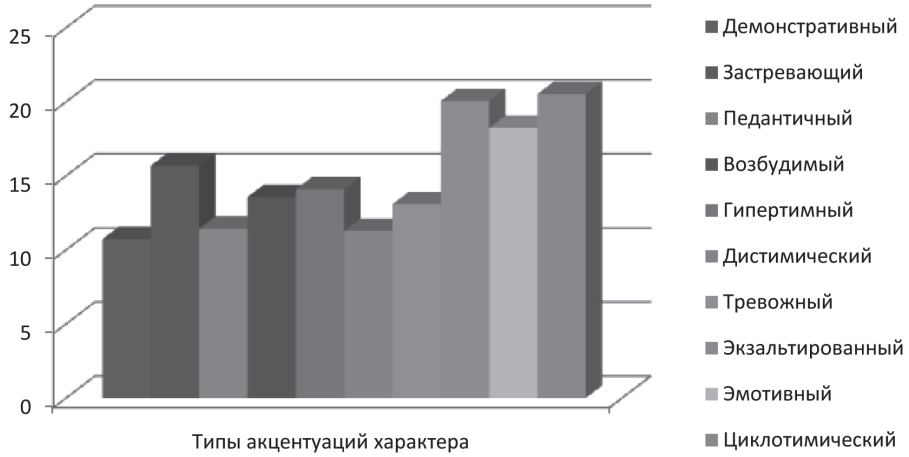
В то же время у респондентов, склонных к гелотофобии, наблюдались несколько иные показатели (см. фиг. 5). Так, наиболее выраженными оказались такие типы акцентуаций, как экзальтированный (20,4 балла; r=0,30 при p≤0,01), эмотивный (18,24 балла; r=0,34 при p≤0,01) и циклотимный (20,52 балла;r=0,53 при p≤0,01).

Как известно, главной особенностью экзальтированной личности является бурная аффективная реакция, их отличает крайняя впечатлительность по поводу печальных событий и фактов [1]. Возможно, высокая степень выраженности *экзальтированной* акцентуации характера у гелотофобов объясняется тем, что эти люди склонны крайне остро реагировать на насмешки и собственные неудачи в сфере межличностной коммуникации. Данные характеристики также совпадают с проявлениями гелотофобии в том, что у тех, кто подвергается насмешкам (мнимым или реальным) – гелотофобов, присутствует склонность впадать в отчаяние, они «близко к сердцу» воспринимают юмористические замечания со стороны других людей.

Эмотивная акцентуация характера проявляется в том, что ей присуща высокая чувствительность и глубокие реакции в области тонких эмоций. Для лиц с подобной акцентуацией характерны эмоциональность, чувствительность, тревожность, боязливость, впечатлительность. Эмотивные акцен-



Фигура 4. Выраженность различных типов акцентуаций характера у всех испытуемых



Фигура 5. Выраженность типов акцентуаций характера у гелотофобов

туанты любые жизненные события воспринимают серьезнее, чем другие люди, редко вступают в конфликты, обиды носят в себе, не «выплескивая» их наружу. В свою очередь, при описании поведения гелотофоба, также используются такие характеристики как: близко к сердцу воспринимают юмористические замечания со стороны других людей, переживают по поводу того, что, “как им кажется”, именно они выступают в роли объекта насмешки. Такие люди могут шутить только среди «близких», а доброжелательные шутки «окружающих» воспринимают как насмешку над собой. Яркая выраженность *циклотимической* акцентуации характера связана с тем, что важнейшей её особенностью является смена гипертимических и дистимических состояний [1]. Таким личностям свойственны частые пе-

риодические смены настроения, а также зависимость от внешних событий. Здесь сочетаются нестандартное отношение к миру, серьезность и романтичность с погруженностью в свой внутренний мир и субъективность оценок. Всё это также характерно и для личности гелотофоба, который склонен к сокращению социальных контактов, интроверсии, погружению в собственный мир и интересы. По всей видимости, личность, склонная к гелотофобии, в большей степени подвержена проявлению *дистимических* акцентуаций, о чем свидетельствует довольно высокий уровень проявления дистимических акцентуированных черт. У него печальные события вызывают не только огорчение, но и подавленность. В этом состоянии характерны замедленность реакций и мышления, а также снижение эмоционального отклика. Такая же манера общения и особенность пантомимики, которые выдают скованность и подавленность личности, некий «уход в себя» в процессе коммуникации, характерна и для гелотофобов. В психологической науке данный феномен получил название «*синдрома Пиноккио*» (М. Титц).

Также корреляционный анализ выявил обратную взаимосвязь гелотофобии с такими ацентуациями характера как *демонстративная* ($r= -0,39$ при $p\leq0,01$) и *гипертимная* ($r= -0,44$ при $p\leq0,01$). Как известно, одной из особенностей гипертимического типа личности является постоянное (или частое) пребывание в приподнятом настроении, которое сочетается с высокой активностью и жаждой деятельности, в то время как гелотофобу в большей степени присущи замкнутость, подавленность и перепады настроения. Таким образом, гелотофобия в меньшей степени проявляется у гипертимической личности, у которой, наоборот, можно даже обнаружить так называемый “тяжелокровный юмор”. Согласно литературным данным, демонстративный тип личности характеризуется более высокой степенью приспосабливаемости, по сравнению с другими типами, неким “позерством”, а также определенной “живостью”, подвижностью и легкостью в установлении контактов. Однако подобные особенности поведения – приподнятость настроения и легкость в установлении контактов – не сочетаются с гелотофобичным социальным восприятием и реагированием. Для гелотофобов характерна некая отстраненность от социальной реальности, поэтому они и испытывают значительные трудности в процессе общения. Таким образом, демонстративная личность со своим “беспредельным эгоцетризмом, ненасытной жаждой постоянного внимания к своей особе, восхищения и удивления” оказывается более резистентной к гелотофобии.

В заключение отметим, что изучение страха выглядеть смешным имеет большое значение для многих областей научной и практической психологии, так как гелотофобия может играть важную роль в полоролевых отношениях, в взаимодействии с людьми, и при выборе досуга.

Как известно, в детстве причинами возникновения гелотофобии могут стать развитие первичного стыда, проблемы в межличностных отношениях (особенно в системе детско-родительских взаимоотношений). Также

причиной гелотофобии может стать гиперопекающий стиль воспитания или использование в качестве метода воспитания "пристыжение". Часто ребенок, который хорошо "усвоил семейные правила" поведения, не ориентируется в иной, более расширенной социальной среде, он не знаком с общими социальными нормативами взаимодействия с разными, порой дерзкими, задиристыми и недоброжелательными детьми. Он не обладает опытом, умением противостоять вербальному насилию и, одновременно, у него мало друзей, тем самым он оказывается в некой уязвимой позиции «смешного аутсайдера». Учитывая тот факт, что порой дети с гелотофобией сами провоцируют насмешки со стороны сверстников "своеобразным внешним видом", родителям следует обратить особое внимание на манеру одеваться и на культуру общения ребенка. Также при взаимодействии с гелотофобом необходимо учитывать стиль семейного воспитания – избегать чрезмерной опеки, стараться не переусердствовать с "пристыжением" и не формировать установку на социальное порицание и насмешку (например, «если ты *так сделаешь*, люди будут смеяться!»).

Изучение феномена гелотофобии также необходимо для формирования адекватного образа Я, например, в процессе самопрезентации при выступлении перед большими аудиториями. Особенное значение проявления страха выглядеть смешным и боязнь оказаться объектом насмешки обнаруживается в процессе адаптации детей к образовательным учреждениям, где часто встречаются такие феномены как "дразнение" и "высмеивание". Возможно, подверженность в раннем возрасте различным формам насилия, в частности, вербальной агрессии – дразнению, насмешкам, граничащим с оскорблениями, может стать причиной появления гелотофобии. В старшем школьном возрасте особую опасность, не только для проявления гелотофобии, но и для психики ребенка в целом, представляет такой феномен как травля или моббинг (от англ. mobbing; психологический террор, основанный на одной из форм дискриминации).

Вероятно, гелотофобия формируется только в том случае, если на индивида воздействуют одновременно несколько факторов – биологические, психологические и социальные. Поэтому при составлении психокоррекционной программы необходимо использовать различные техники, направленные одновременно на психофизиологичую и на психосоциальную сферы личности. Например, можно использовать техники для снятия напряжения и моделирование, систематическую десенситизацию и тренинг социальных навыков, когнитивную, а также клиент-центрированную терапию. При составлении коррекционной программы по проблемам гелотофобии можно также рекомендовать применение рационально-эмотивной терапии А. Эллиса, которая положительно зарекомендовала себя в коррекционной работе при социальных фобиях. Кроме устранения иррациональных суждений, можно также использовать метод парадоксальной интенции В. Франкла.

Задача, которая стоит перед психотерапевтом, состоит в том, чтобы

научить подопечного с юмором относиться к собственным страхам. Порой человеку необходимо посмеяться над своими тревогами, переживаниями и лишними волнениями, или же научиться обнаруживать некие позитивные аспекты данного феномена. Одним из психотерапевтических методов, который может быть использован в работе с гелотофобами – это проигрывание роли "шута" или "жертвы", "невидимки" или "соглашателя с задирой". Проигрывание своей гипертрофированной, гротескной реакции на "раздражитель", который обычно вызывает тревогу или даже страх, можно также реализовать в юмородраме. Юмородрама – это особый вид психодрамы Моррено, разработанный специально для коррекции фобий, связанных с восприятием юмора, где центральной фигурой является терапевтический клоун [8]. Суть юмородрамы заключается в том, чтобы *выявить* существование в прошлом гелотофоба такой ситуации, в которой он когда-то давно испытал стыд, и у него возникло чувство, ощущение того, что над ним смеются, а затем эти давние "травмы-воспоминания" *проработать* в театрально-клоунском представлении.

Таким образом, результаты исследования показали, что тип акцентуации характера, степень невротизации и определенные структурные компоненты системы психологической защиты личности являются факторами, которые создают предпосылки для формирования такого личностного расстройства, как гелотофобия. Полученные данные позволяют выделить важные личностные мишени и тактики психотерапевтической работы с лицами, склонными к проявлению гелотофобии. Ранняя диагностика позволит выбрать эффективные направления психотерапевтической работы с подопечным, идентифицировать сходство и различие социофобии от страха перед смехом и юмором в целом, а также от природной застенчивости и интроверсии.

Библиография:

1. Батаршев, А. В., *Диагностика черт личности и акцентуаций*. Москва: Психотерапия, 2006, 288 с.

2. Каменская, В. Г.*, Психологическая защита и мотивация в структуре конфликта*. Москва, 1999, 125 с.

3. Комер, Р., *Патопсихология поведения. Нарушения и патология психики*. 4-е изд., СПб: ЕВРОЗНАК, 2005, 640 с. (Проект «Психологичская энциклопедия»).

4. Platt, T., Emotional responses to ridicule and teasing: Should gelotophobes react differently? В: *Humor: International Journal of Humor Research*, 2008, №21, 105-128.

5. Романова, Е. С., Гребенников, Л. Р. *Механизмы психологической защиты: генезис, функционирование, диагностика*.Мытищи: Издательство «Талант», 1996, 144 с.

6. Ruch, W., & Proyer, R. T. The fear of being laughed at: Individual and group differences in gelotophobia. В: *Humor: International Journal of Humor Research*, 2008, №21(1), 47-67.

7. Стефаненко, Е. А., Иванова, Е. М., Еникополов, С. *Диагностика страха выглядеть смешным*. В: Психологический журнал, 2011, том 32, №2, с. 94-108.

8. Titze M., (2009). Gelotophobia: The fear to be laughed at. // Humor: *International Journal of Humor research*. С. 27-48.